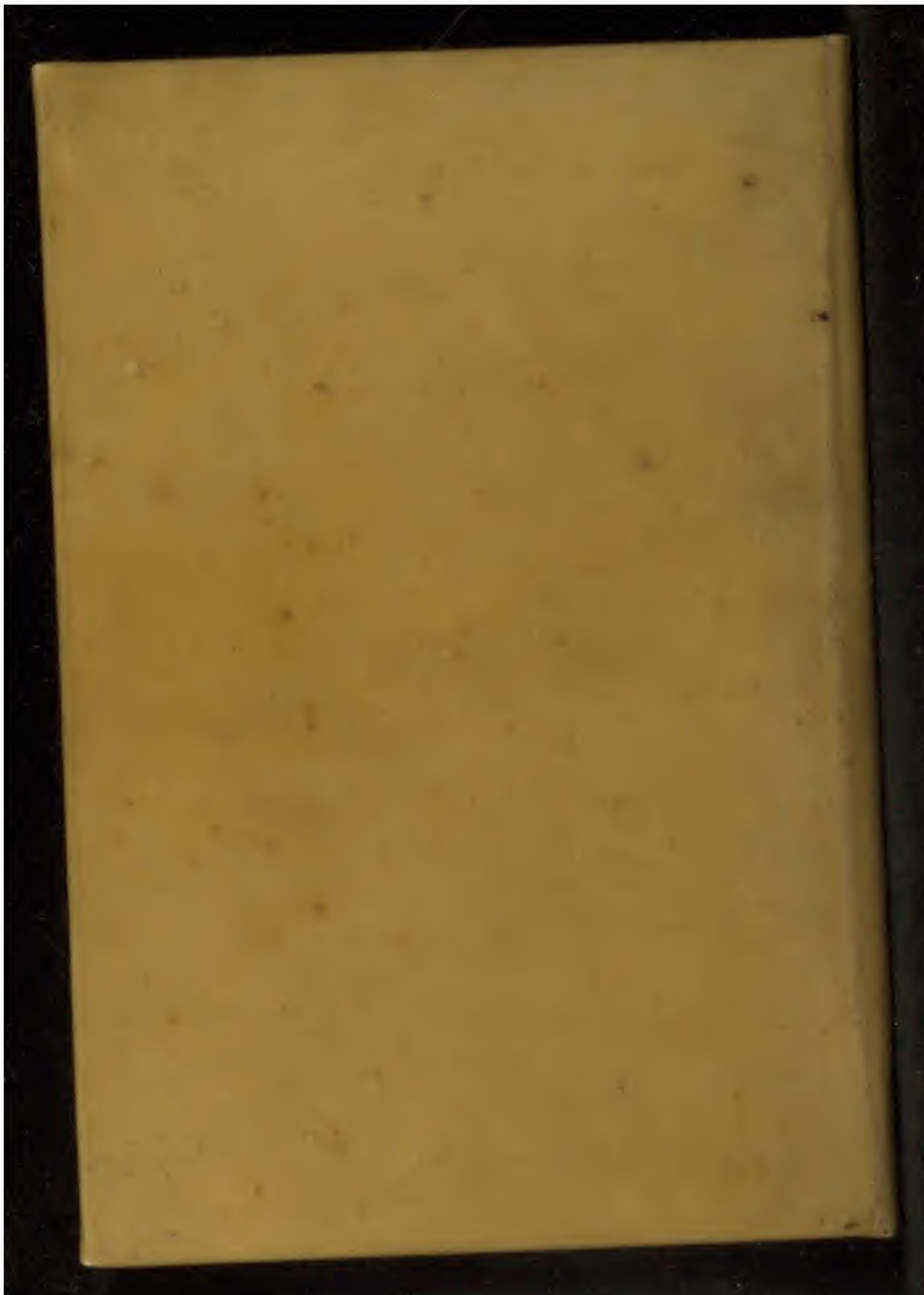


Early European Books, Copyright © 2011 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
550/A





Early European Books, Copyright © 2011 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
550/A



Early European Books, Copyright © 2011 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
550/A



Early European Books, Copyright © 2011 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.
550/A

Care 104,

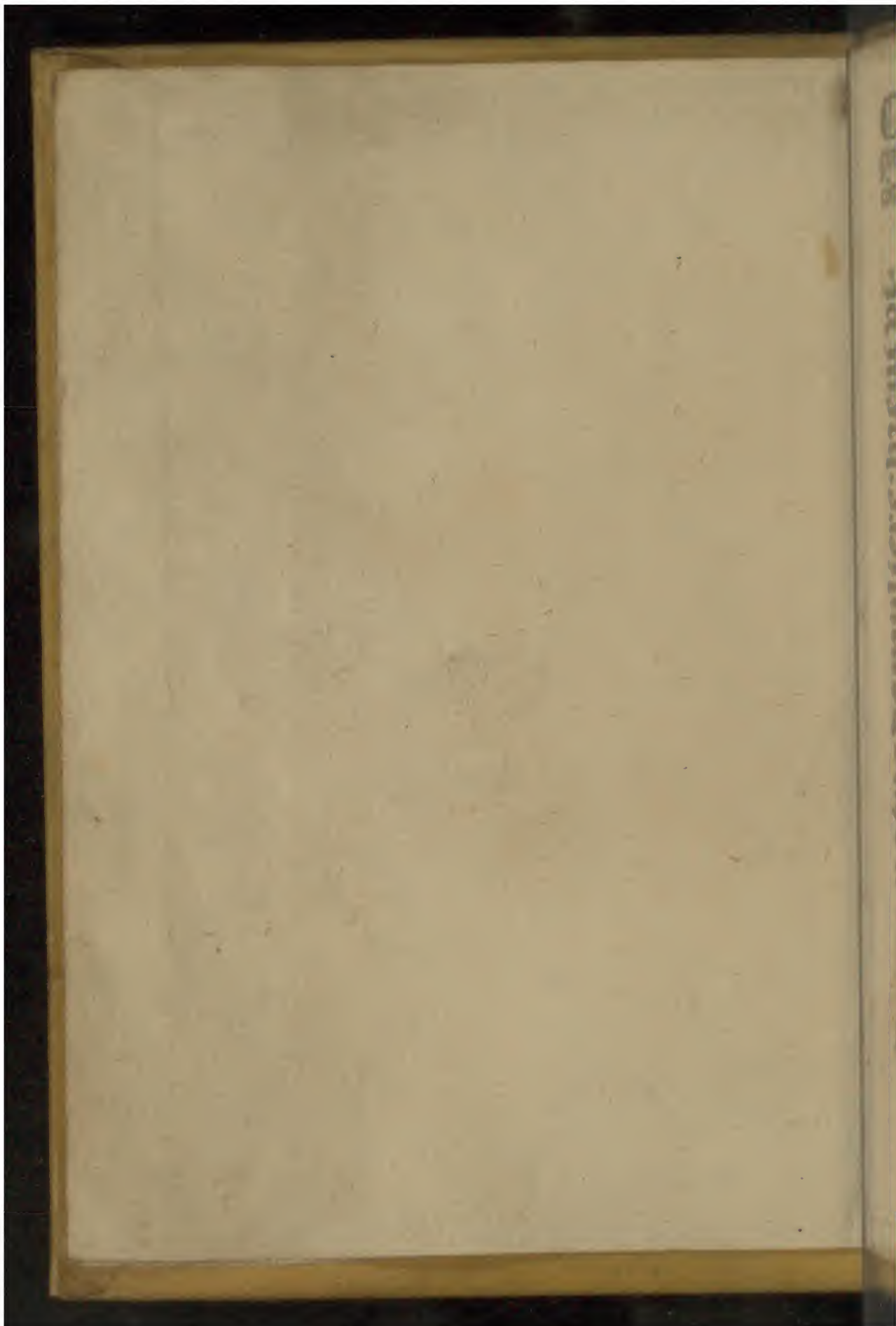
C II

16/

550 | A

30756

Medicina
21/5/12



30756
C Aureū sanitatis Re-
gimē / oībus cuiuscūq; sint complexionis ac
cōmodū: nūq in cōmune bonum impressum.

Homo natus de muliere: breui vi-



uens tempore / repletus miserijs.

MD. D. XXXII.

Incipit regimen sanitatis.



Arca regimen

sanitatis cadunt septē considera-
tiones. Prima sumitur a quantita-
te cibi et potus. Secunda a quali-
tate. Tertia ab ordine. Quarta a
complexione. Quinta a consuetudi-
ne. Sexta a tempore. Septima ab
etate. Primum igitur de quantitate

quan-
titas.

tractandum est. Quantitas igitur cibi et potus debet esse
tanta quod calor naturalis possit eam vicere et superare/
et non econuerso: diminueret enim calor ipse natura-
lis/ quo diminuto consumitur corpus/ et debilitatur vir-
tus. Si namque excedat ipsa ciborum quantitas/ est causa pu-
trefactionis/ et opilationis/ et vniuersalis infrigida-
tionis/ et humectationis/ nisi materia putrefiat/ et
generet febrē. Non debet tamen ultra modum minui.
Nam si minuat attenuat corpus/ et virtus consumitur. Ue-
rū tamē scōz Salenū q̄ntitas offerēdo r̄ū literis/ et rez-
gulis certis denotari minime pōt: recurrēdū em̄
semp̄ est ad exp̄imētū/ quo omnia rectificātur.
Quantitas igitur sit talis/ ut non immutetur hanelitus/
aut pulsus/ nec vrina/ vel egestio/ neqz somnus/ et vi-
gilantia: ita ut non percipiant aut sentiant v̄tositates
torriones/ grauitates/ aut debilitates/ et cetera e-
iusmodi/ hec enim sunt signa tēperate vel distempe-
rate q̄ntitatis/ cuius vana est cōsideratio/ quantū
cūqz rationalis extiterit/ nisi exp̄imēto p̄p̄obetur.
Et quēadmodū exp̄imētū clarificat quantitatē/ ita et
q̄litatē/ et reliqz subsequētia. qm̄ diuersitas p̄ictariū
nos inducit ad regulas vniuersales: Cuilibz igitur
certa quantitas est assignāda: prout p̄iecture p̄p̄rie
veritati p̄opiores/ vna cū ipso exp̄imēto p̄suade-
būt. Secunda cōsideratio est ciborū qualitas. Cibus
itaqz ad mēdā sanitatē aptus/ non debet excedere i ali-
qua qualitatē: qm̄ ea que excedūt i caliditate adu-
rūt s̄gum̄nē/ veluti saluia/ mēta/ petrosilinū/ piper/
cēpe/ allis/ nasturciū/ et similia. Porro ea q̄ sūt exces-
sue frigida mortificāt/ et p̄gellāt: quēadmodū lactus

quali-
tas.

ea/ portulaca/ cucumeres: q̄ si sint qualitatis aquosae
 vt melones/ cucurbitae/ putrescunt: Si vero fuerit
 venenosa: interficiunt/ vt patet de fūgis. Ea postmo-
 diū sunt nimis humida/ putrefactionē generant/
 opilāt: At sicca virtutē deliciunt: vinctuosa superna
 tāt/ et impediūt digestionē: Dulcia opilant: et amara
 penit⁹ nō nutriūt: Salza nimis adurūt/ et corrūpūt/
 atq; nocēt stomacho: Pontica/ et stiptica pstringūt et
 coarctāt/ ac corrigāt/ et opilāt: Acetosa tādē celerit
 senectutē iducūt. Nullū igit tale pueniēs ē ad tuēdā
 sanitatē corporis hūani. Sol⁹ ille cib⁹ q̄ caret omni
 excessu/ et additamento pgruit humano corpori: vt
 Saleno placet. Cōpetit igit caro agni anū nō exces-
 detis: et carnes edulines: carnes vituli lactantis: Itē
 galline/ capones/ plices/ fassiani: Ex piscib⁹ aut/ qui
 sunt scamosi/ et aquarū curretiū et mūdaz: Quasorbi-
 lia cōmēdantur: Inter herbas/ borrago/ buglossa. Pa-
 nis triticeus bene coct⁹/ et fermentatus/ cū tēperata
 quātitate salis. Vinū citrinū/ odoriferū/ nouū/ bene
 clarificatū: limphaticū tēperata quantitate aque
 fontis/ cuius ostiū ad solis ortū inclinetur. Ita de
 reliquis censendū est: q̄ tendūt ad tēperamentum:
 et nō excedūt in aliqua qualitatē: aut saltē non ita
 pceptibiliter. Quoties aut aduenerit nocumētum
 propter excessum alicuius excedētis qualitatis: re-
 ctificandum est p suum cōtrariū. vtpotesi nocumen-
 tū prouenerit ex vinctuosis/ sumātur stiptica: quem-
 admodū est case⁹: pīrū: et similia. Si ex salis: rectifi-
 cet cū aqua et aceto. Si ex acetosis: reducat ad tēpe-
 ramētū cū melle: et vino antico. Salza igitur/ et ama-
 ra/ et acuta/ possunt rectificari cū pomis dulcibus: et
 cū lactucis/ et portulacis/ cucurbitis/ et similib⁹/ iug-
 ta pueniētiā piculariū. Non aliter de reliquis itela-
 ligēdū ē/ et pportionalit operādū. hec itaq; de ciborū
 q̄litate sint satis. ¶ Tertia consideratio sumitur ab Ordo.
 ordine. Mod⁹ igitur et ordo sumēdi cibū ē. vt cū primū
 quispiam sanitatis auidus surrexerit/ studeat ex-
 pellere superfluitates et prime/ et scēe/ et tertie dige-
 stionis/ deinde pectinet se fortiter: fricet etiā caput:
 imo totū corpus: si locus fuerit opportunus: postea

ianet manus / facie / oculos / aqua quidē frigida i esta
te / tepida in hyeme / deinde fricet dētes cū cortice
citri. Et facta pace / rēcōsiliatiōe cū deo / exerceat
se p loca alta / mūda / idur⁹ vestib⁹ p̄ciosis / aut saltē
odoriferis / mūdīs. hīs peractis / cū p̄imū incipiet
naturaliter famescere / r̄appetere nutrimentum: ca
piat cibū statim / r̄ nō ante: nec etiā tardet: qm̄ stoma
chū p̄ter solitū pati famē / replet humoribus putri
dis. Satietas summopere vitanda est / recedendus
enim est a mensa cū appetitu: qui paulopost assum
ptionē ciborū facile recedit / r̄ cessat. Nec accipiēda
est ciborū multitudo / sufficit em̄ cibus vnicus. Si
tamē oppositū p̄tingat / subtilior debet antecedere
grossiorē / r̄ crudū minime poni supra semicoctū / mi
nus em̄ malū sequetur / q̄ si fieret oppositū. Itē i ea
dē mēsa nō sumātur p̄sces cū lacte / aut lac cū vino /
disponūt em̄ facilis ad leprā / nec electuaria multū
calida post cibū: aut alia excessiue calida / q̄cūq̄ fue
rit / nam cibū corrūpūt. Post cibū aut̄ quiescat stan
do / aut paulatim deambulando. qm̄ om̄is fortis mo
tus corrūpīt cibū. dormiendum tandē est: scdm̄ tem
peramentū / aliter namq̄ cibus non posset cōcoqui
r̄ digeri. vñ Salen⁹ sup amphorismū / Uētres hyeme
r̄ vere rē. dicit. Quantū natura iuuetur ex somno / bo
nū est perpendere: quasi velit innuere digestionem
non posse cōpleri sine somno. Insu per noctu pl⁹ cea
nandū / q̄ p̄andendū: nisi p̄suetudo traxerit ad oppo
situm. fugienda itē sunt omnia tristitia / angustia / r̄
solicitudine nimia inducētia: nō parū em̄ p̄fert in
regimie sanitatis / tēperare se ab accidentib⁹ anie
lauacrū aque dulcis multū p̄petit: modo cibus nō sit
i stomacho. Usus porro exhibitōis sit / vtrū die bis
comedatur: sequenti semel: succedēti bis: r̄ rursū
it̄m semel / r̄ ita deinceps p̄tinuādo. Quod enim erra
tū fuerit p̄ma die in supfluo: corrigetur p̄diminutū
in sc̄da / atq̄ si erretur in sc̄do deficiendo / in tertio
corrigetur habundādo: r̄ ita p̄sequēter de reliquis.
Est em̄ mutua vnus ad alterū subleuatio: r̄ p̄tinua
ta correctio inter se. Porro in regimine sanitatis si
ne errore nō possumus esse: scdm̄ Salenū libio de sa

nitate tuenda/quotidie itaq; necessum est errores re
formare/et singula per experimentū corrigere. Ber
tandē sit mūdissimus: qui si nō possit naturaliter ob
tineri: habeat per artificium/ potissimū in locis in
quibus aer est naturaliter caliginosus/ nebulosus/
et supra modū humid⁹: velut Rome/ Lugduni/ Bre
lati/ Parisius/ Tholose/ Aurelie: et ita de similibus
super flumina/ aut mare p̄stitutis. Aer itaq; sepius
rectificandus est cū flabellis/ et odore aromatū/ si non
detur habitare localibera et montuosa. Potus sit in
mensa rarus/ nec sumpto cibo/ vel post cibum sumē
dū est vinū forte/ nam digestiua viget/ per quietem.
hec de ordine. ¶ Quarto diximus attendendū circa p̄plex
cōplexiones: igitur si p̄plexio sit tēperata/ similib⁹ p̄plexio. ¶
p̄seruetur: si vero distēperata/ reducat̄ ad tēpera
mentū successiue per p̄trariū. Sanguineis igit̄ del
cibus vergens ad frigiditatē/ et siccitatē: Colericis
tendens ad frigiditatē et humiditatē: flegmaticis
ad calidū subtiliativū: Et melēcholicis cib⁹ suapte
natura calidus et humidus. Intellige tñ scōm Gale
num de sanitate tuenda. quōis mala cōplexio redu
cenda est ad tēperamentū/ nisi vite necessaria hoc lē
pediant. Melius em̄ est fabro q̄ sit flegmaticus/ q̄ si
haberet corp⁹ tēperatū: Et piscatori q̄ sit choleric⁹
q̄ tēperat⁹. Adueniēte tñ egritudinis tēpore/ natu
ralis p̄plexio nullomodo reducēda est/ nisi ante egrit
udinē tentata fuisset ip̄a reductio: et successiue cō
tinuata. Oportet igit̄ eum q̄ suū vult tueri/ et curare
sanitatē/ esse liberū vacantē occupationibus neces
sarijs/ et oīa vite necessaria possidentem: quēadmodū
testatur Galenus in de regimine sanitatis. ¶ Quin p̄sue
tum in tuenda sanitate p̄siderandū est p̄suetudo. Nā tudo.
cōsuetudo est res magna valde in p̄seruatōe corpo
ris humani/ tā i tēpore sanitatis q̄ egritudinis: p̄q̄
videtur innuere Galenus octauo de ingenio sa. et in
libro de p̄plexionibus/ vbi dicit. q̄ p̄suetudo est alte
ra natura. Idē voluit hipo. scōo ampho. cū dicit̄
parū deterioribus et c. Item cum dicit̄ assueti assue
tos ferre labores. et c. Rursum cū dicit̄ mala dieta ci
bi et pot⁹. et c. Idē vult Bristo. i p̄ncipio veteris metha

nō.

philice dicens / p̄suetudinē magnā vim obtinere cū
iuducat leges. Postq̄ igit̄ p̄suetudo tantā vim habet
et in aīa / et in corpore / p̄suetudo seruanda est. hoc idē
videmus experimēto. nā aliqui p̄sueuerūt comedere
requater in die / et non ledūtur. Aliqui noctu vigilare
et dormire interdū. Nonnulli comedere fabas
carnes bouinas antiquas / vulpes / lac / et pisces / et ce
tera innumerabilia nature aduersa: et tamē dicunt
se sanos / et melius se hñtes tali viuendi gñe. Un̄ di
cebat Salenus. vii. de t̄renda sa. q̄ p̄suetudo / p̄ple
rio / et etas indigēt similibus. Magnā igit̄ vim habet
cōsuetudo: q̄ non solum p̄stat experimento / et auto
ritatibus: verū etiā / rōne. In p̄imis enī natura vi
detur amare p̄suetā / et in p̄suetis delectari / et ea am
plexi / vnde melior subsequit̄ digestio. Quapropter
dicit Auicena / Experimentū in hoc vincere rationē
quā malus cibus vsitatus / melior sit optimo nō vsi
tato. Oppositum tamē istorū videt̄ dicere Cōstanti
nus / cum dicit. Non gaudeāt vtentes malo cibo: qm̄
si in presenti non ledūtur / in posterū percutiōne nō
euadent. Sentētia aut̄ mea talis est. Aut ipsa p̄sue
tudo cōuenit cū naturā lib̄ / aut nō. Si uenit optia
est / et talis nō est relinquēda. Si nō ueniat / aut par
discrepat / aut multū: Si parū / et illa sit habituata
adhuc potest obseruari: Si aut̄ multū discrepat
aut est habituata vel non: Si non / nullo modo est te
nenda. Si vero sit habituata / vel agitur de tempore
sanitatis / aut egritudinis: Si egritudinis tunc est
seruanda: velut p̄plexio lapsa: qm̄ sibi naturalis est
et sufficit morbi reijcere: Si autē fuerit sub latitu
dine sanitatis: et fuerit multū remota a dispositiōe
naturali: tūc talis debet reduci: nō subito: sed pau
latim. utpote danda sunt in principio assueta cibaria
licet mala: cū admixtione pauca meliorū: et au
gere successiue bonā: et diminuire mala. Qm̄ licet
talib̄ disproportionatis videatur. q̄ satis prospe
re se habeant: aut rōne etatis: tēporis: vel fortitu
dinis: aut etiā virtute cōsuetudinis: nihilominus
paulatim diminiuit eorū virtus: et quotidie se parāt
vel ad leprā: vel ad mortē subitanā: aut aliud eius

modi discriminē. Quē admodū ū qui longo tēpore vī-
 tur carnib⁹ antiq̃s salis: piscibus marinis bestia-
 lib⁹: leguminib⁹: carnibus hyrcinis: val pinis: la-
 cte cum piscibus: aut q̃ delectant̃ crudis: qui parū:
 aut nimis dormiūt: vltra modū se exercitāt imedia-
 te post cibū: qui ve excessiuū patiūtur calorē: ⁊ vehe-
 mens frigus: p̃tinue: Item q̃ graua quotidie portāt
 onera ⁊ similia discrimina sustinēt: tā i corpe q̃ ani-
 ma: p̃terea q̃ vtuntur fungis: iusquiamo: ⁊ alijs ve-
 nenosiss. quibusquidē accidētibus maxime subijciūt
 rustici: incarcerati: nautae: bellatores tpe belli: ⁊ q̃
 plurimi huiusmodi: qui vel libere vel inuiti assue-
 scunt cibaria corrupta: ⁊ cetera ruinā nature pro-
 curantia. Vere de talibus pōt dici: q̃ vel percutiōne
 non euadent: nisi eorū habituata corruptio: ⁊ intrin-
 seca dispropo: tio: successiue reducatur. Relinquit̃
 ergo consuetudinē magnā vim habere: si conueniat
 cū naturalibus: innaturalē vero esse successiue corri-
 gendā: licet sit subiecta tēporibus: potissimū egritu-
 dinis. ¶ Sexto hūda est ratio tēporū: ⁊ partium an- Tēp⁹
 ni. Detur igit̃ hiberno tēpore cib⁹ grossius: satis ha-
 bundāter eadē mensa: tendēs ad caliditatē. vere cō-
 petit homini cibus tēperatus: tenuis: ⁊ bone dige-
 stiōis: minuienda tamē est q̃titas: propter repletio-
 nē hyeme causatā. Tēpore estiuo utilis est cib⁹ sub-
 tilis: tendēs ad frigiditatē: parūq̃ eadē vice comedē-
 dum est. In Autūno vero sumendus est cibus i par-
 ua quantitate: quicquidē sit suapte natura calidus
 et humidus: ⁊ sic de reliquis inter medijs tēporibus
 ¶ Ultima p̃sideratio: sumitur ab etate. At scōz Sele Etas
 mū. viij. de tūda sa. etas: cōplexio: et p̃suetudo: de-
 bēt regi p̃ similia. Verūtā licet calor sit eq̃lis quo ad
 radicē i puero ⁊ iuene (vt dicit Gal. i de p̃plexiōib⁹)
 Iuuenis tamen melius digerit sicca: ⁊ pueri humida
 Porro alijs etatib⁹ dieta resumptiua: et nutritiua
 exhibenda est. ¶ Hec igitur gñaliter dicta sufficiāt
 in eorū utilitatē q̃ comedunt vt viuant: quib⁹ pluri-
 mū dñatur intellectus: econtra vero quibus dñatur
 sancta saturnitas: ⁊ libido sensualis: viuūt ⁊ come-
 dant: sed tales non subiacent legibus artis. hoc vñ Nō.

addere libet: q̄ melior oīm medicinarū: ⁊ p̄serua-
tionū est abstinentia: cū multo plures interficiat cib⁹:
q̄ gladius. Itē exercitiū maxime p̄mēdat. Est enim
(vt ait Fulgentius) humane salutis p̄seruatio: calor
naturalis excitatio: nature dormiētis stimula-
tio: sup̄fluoꝝ cōsumptio: membrorū cōsolidatio: mors
morborū: fuga vicioꝝ: medicina languoꝝ: iunētutis
debitū: senectutis gaudiū: salutis adiutoriū: ocij ini-
micum: destructiū oīm morborū: ille ergo ab exer-
citio se subtrahat: q̄ felicitatis gaudio vult carere.

¶ Finis.

¶ Uirescit vulnere virtus.

**¶ Venundant in Rega-
li palatio ī deābulatorio
quo itur ad cācellariam**

